

www.trome.com
facebook.com/tromepe
@tromepe

trome

AÑO 24 | Nº 8559
VIERNES 28 DE MARZO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

EL CAPIBILLETÓN DE trome

DESDE ESTE LUNES

CAPIBARA TRAE MÁS DE 200 MIL SOLES

'MARIANO' CONFESÓ

A LA POLICÍA QUE ESTUVO EN EL AUTO NEGRO QUE SIGUIÓ A BUS DE ARMONÍA 10

ASESINOS DEL 'RUSSO' LA PAGARÁN

PRUEBAS TAMBIÉN REVELAN QUE 'INJERTO DEL CONO NORTE' HIZO DISPAROS

Página 9

POR UNA CREMITA A LA HUANCAÍNA

RECIBE A HUANCAS HOY A LAS 8 DE LA NOCHE EN EL MONUMENTAL SIN 'OREJAS' NI POLO

PÁGINA 11

EVELYN ASUSTA A MELISSA

DICE QUE SI ELLA HABLA LA FULMINA EN UN MINUTO

PÁGINA 16

ESCÁNDALO POR SUERO FALLADO

MINISTRO ANUNCIA QUE DENUNCIARÁ A LABORATORIO

PÁGINA 9

ENCUESTA

SÍ 45%
NO 55%

AYER
¿Cree que Dina Boluarte terminará su mandato en el 2026?

HOY
¿Cree que Julio Díaz será un buen ministro del Interior?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Si hay un producto defectuoso (caso del suero fisiológico), significa que hubo un problema en su fabricación (...). Hay una responsabilidad directa del fabricante".
PEDRO RIEGA (DECANO DEL COLEGIO MÉDICO)



"Nuevo ministro del Interior acepta tener 6 procesos judiciales en curso y el Estado paga su defensa. Monaguillos que se desempeñan como congresistas le dan 'el beneficio de la duda'".
VÍCTOR GARCÍA BELAUNDE (EXCONGRESISTA)

DÓLAR		EURO	
3.63 COMPRA	3.65 VENTA	3.99 COMPRA	4.02 VENTA

CLIMA
MÁXIMA 29°
MÍNIMA 19°


Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Teléfono: **311-6500.**
Fax: 311-6353.
Página web: **www.trome.com**
E-mail: **trome@trome.com**
Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



ALIMENTOS CONTRA LA ANEMIA

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un churrasco jugosito con arroz graneado, papitas doradas, ensalada y, para tomar, un emoliente al tiempo. "María, leía en Trome que las peruanísimas **ocopa y salsa de ají amarillo** están en el top tres del ranking de las mejores salsas del mundo. Son solo dos nuevos reconocimientos más a nuestra rica y variada cocina, admirada en todo el mundo. **Por eso, es doblemente penoso que los niveles de anemia y desnutrición en el Perú sean elevados.** Muchísimos niños las padecen, y eso es terrible, pues en muchos casos impide que esos menores desarrollen todas sus capacidades físicas y mentales, condenándolos a la pobreza. **Para alimentarse bien, que no es igual a comer bastante, no se necesita mucho dinero.** Todos o casi todos podríamos tener una alimentación de calidad si se saben elegir los alimentos claves, esos ricos en nutrientes. Trome, desde hace tiempo, está en campaña contra el flagelo de la anemia. Los nutricionistas, por ejemplo, señalan que la sangrecita no puede faltar. Se puede servir en varias presentaciones. Por ejemplo:

Chaufa de sangrecita. Es barato, delicioso y fácil de hacer. Se necesitan solo dos tazas de arroz, cuatro cucharadas de aceite vegetal, dos huevos, 10 cucharadas de sangrecita sancochada, cuatro cabezas de cebolla, sal y pimienta al gusto. Se prepara el arroz graneado, se fríen los huevos batidos con sal y pimienta y se pican en cubos pequeños. En la sartén se fríe la sangrecita sancochada y picada. Se mezcla con el arroz, cebolla china y huevos. ¡Y listo!

Tampoco pueden faltar las **espinacas, el hígado y otros órganos, las legumbres, quinua, pavo, brócoli, tofu, carne roja** y hasta el **chocolate negro.** También están los **pescados azules,** pues son ricos en hierro y proteínas. Algunos de ellos son el **jurel, anchoveta, bonito, sardina o la merluza.** Con la mayoría de estos productos se pueden preparar recetas económicas. Solo es cuestión de interesarse y poner manos a la obra". Gary tiene razón. Me voy, cuídense.

KARRY

"BIPOLAR"

¡MI MARIDO TIENE DOBLE PERSONALIDAD Y YO NO SOPORTO NINGUNA DE LAS DOS!

BONITO... TODO ME PARECE BONITOOO

DIVORCIOS

LOS 'TUITS' DEL DÍA





@JN_C16
MC 2020

Lo del colegio Pitágoras de Los Olivos es un caso de extorsión que ya sobrepasó toda imaginación, a tal extremo que los profesores se despiden de sus alumnos y el gobierno idónde caraj... está!!!



@SVARELA22075
SASHA VARELA

No más excusas. La ley de intercambiables no aprueba medicinas a ciegas, solo reduce la burocracia. Digemid seguirá revisando cada expediente, pero en un plazo razonable. #GenericosEficacesYa

HABLAN LOS TROMES

Pista rota en avenida Grau

Soy taxista y siempre tengo que pasar por la avenida Grau. Es una vergüenza que frente al Hospital de Emergencias del Seguro, justo en la esquina entre las avenidas Iquitos y Grau, hayan roto la pista de extremo a extremo para alguna obra y el forado se mantenga hace semanas. Además de provocar congestión vehicular, ese hueco malogra los carros porque es profundo. Que haga algo el alcalde de Lima.

Jorge Zegarra
Vecino del Cercado de Lima

El referido forado ocasiona además polvo y ensucia todo. Se debe obligar a las empresas que hacen obras a dejar todo en perfecto estado o de lo contrario imponerles fuertes multas y el retiro de sus permisos de funcionamiento. Es una grave irresponsabilidad.

Opina de violencia criminal

He notado que muchos delincuentes peruanos se han vuelto más brutales desde la llegada en gran número de criminales extranjeros, que son más salvajes y sanguinarios, pues descuartizan personas con toda naturalidad y encima lo graban. Esta situación es intolerable y las autoridades deben capturarlos a todos y darles largas condenas para que se pudran en la cárcel, sin importar su nacionalidad.

Vicente Quispe
Vecino de Independencia

En los últimos años se viene dando una escalada de la violencia terrible, no solo en número, también en formas más brutales e inmisericordes. Las autoridades deben poner mano dura más que nunca, pues esta situación ya se salió de control.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717

✱PISTOLEROS EN SURCO

Asaltan tienda y hacen yapear a víctimas

Pistoleros ingresaron a una tienda de Surco, encañonaron a los clientes y hasta los obligaron a realizar transferencias vía Yape. Tras su ilícito, Juan Accostupa (29), 'Gordo', y Elías Céspedes (27), 'Chato', presuntos integrantes de la banda 'Los Gatilleros del Sur', junto a dos sujetos más, huyeron en dos motos, pero la Policía los persiguió hasta capturarlos.

Con apoyo del Serenazgo del distrito, agentes de la comisaría de Sagitario, en un patrullero, impactaron por detrás a la unidad en la que huían por el puente Amauta, San Juan de Miraflores. Salieron volando. Tenían una pistola con balas. "Robaron más de diez tiendas como restobares, bodegas, pastelerías y juguerías", dijo el jefe de la Divpol Sur 1, coronel Daniel Jares. (J.Y.)

✱FALSO PASAJERO

Mototaxista acribillado



Cumplieron sus amenazas. Un sicario de la mafia de extorsionadores 'La Gran Familia' fingió ser un pasajero para matar a balazos a un mototaxista, a cuya empresa le piden 20 mil soles de inscripción y una cuota diaria, en Los Olivos.
El gatillero aprovechó la oscuridad de la noche y asesinó a Juan Carlos Sánchez Oviedo (40), en el jirón Río Ucayali, urbanización Villa Norte.
Días antes, pistoleros de la banda criminal liderada por 'Loco Aron', a modo de advertencia, dispararon contra mototaxis de la empresa Edmursa Los Rayos, a la que pertenecía el mototaxista asesinado. (E. Cirilo)

✱SALVAJE ATAQUE

Sicario balea a obrero

Llegó como un transeúnte y se acercó al obrero de construcción Fernando Castilla (44) por la espalda para dispararle, pero el arma se le trabó.
Sin que la víctima y sus compañeros de trabajo se dieran cuenta, el pistolero manipuló su arma hasta que salió un balazo. Acto seguido lo correteó en medio de las obras de parchado de pistas y veredas, en la Cooperativa San José, El Agustino.
Un video captó el salvaje ataque del pistolero, que sería adolescente. El ataque habría sido por la disputa entre dos bandos por las obras en la zona.
La víctima permanece hospitalizada. (J.Y.)



✖'Los Antitren' asesinan a cobradora de combi y dejaron grave al chofer, que era su pareja, por no pagarles cupos



✱SANTA ANITA

BANDA VENEZOLANA SIEMBRA EL TERROR

Es una de las organizaciones más sanguinarias que operan en el país. Delincuentes Extorsionadores Secuestradores Antitren (DESA) es su nombre y siembra el terror entre los transportistas de Lima Este. Esta vez, en Santa Anita, el chofer de una combi de transporte público y su pareja, que a veces trabajaba como cobradora, fueron acribillados a balazos por pistoleros en moto que grabaron el hecho. Él se salvó, pero, lastimosamente, ella murió.
"Se les habla claro, corto y preciso. Es DESA. Pónganse al día como tiene que ser así que alíneense, alíneense. Dale, dale", es lo que dijo el sicario con acento venezolano antes de abrir fuego contra Elvis Roldán (43) y Rosa Castro (40) en la avenida Los Virreyes, altura del paradero Kiosco Azul.
Eran las 11:30 de la noche del miércoles y en el vehículo, de la empresa '505' que cubre la ruta óvalo Santa Anita-Ceres, viajaban cinco pasajeros.
Según testigos, dos sujetos en moto se acercaron por el lado del conductor y dispararon tres veces. Dos proyectiles atravesaron la puerta y le cayeron en la pierna a Roldán. El tercero fue al abdomen de la mujer.
Los asesinos huyeron y las víctimas fueron llevadas al Hospital Hipólito Unanue.

STICKER DE HITLER

Minutos después, los homicidas enviaron el video del crimen a un grupal de WhatsApp, creado por ellos, en el que hay otros trabajadores de la empresa de transportes que tiene una flota de cien unidades.
A las imágenes le colocaron el sticker de Adolfo Hitler, una imagen diabólica y al papa sosteniendo un arma de largo alcance. Y también enviaron el siguiente mensaje: "Los que siempre han pagado se les va a subir a 20 (soles)".
La Policía investiga si las víctimas se habrían retrasado en algún pago extorsivo o si el crimen fue al azar. A la empresa '505' ya le pedían cupos hace meses. Es el cuarto atentado que sufren. En diciembre de 2024 mataron a otro chofer, Luis Chávez, por no pagar cupo de 10 soles. (J. Yucra)

✖Grabaron su crimen y enviaron el video a los demás conductores para que cada uno les dé 20 soles

~ trasporte publicó +52 56 3833 8555
Los q siempre an pagado se le va subir a 20 11:46 p. m.
N
Esos que se comunican 11:49 p. m.

DETENIDO

✱CAPTURADO

'Toño' arrastró a joven por su celular

Un peligroso raquetero que el 11 de marzo último, en forma violenta arrastró a una joven y le robó un celular, fue arrestado, en El Agustino.
Detectives Antirrobos detuvieron a Antonio Martínez Arbulú (28), 'Toño', en la cuadra 3 de Prolongación Cajacay.
En su casa tenía una réplica de pistola, drogas, relojes, dos celulares y varios lentes.
Cámaras de video de una tienda captaron a 'Toño' cuando arrebató el celular a una mujer y la arrastró por la calle.
De forma sospechosa, 'Toño' seguía libre pese



a que estuvo con prisión preventiva y desde el 2015 a la fecha ha sido detenido en varias oportunidades por robo agravado y hurto agravado. (E. Cirilo)



MEDBANQUETE

LA COMBINACIÓN PERFECTA PARA DISFRUTAR EN FAMILIA

DE S/128 A

S/94.90

1 POLLO A LA BRASA + PAPAS FRITAS ONDULADAS FAMILIARES + ENSALADA CLÁSICA FAMILIAR + ARROZ CHAUFA FAMILIAR + GASEOSA 1.5L.

AGREGUE SU COMPLEMENTO FAVORITO POR S/ 15.90


Chaufa familiar (sin pollo)


Anticuchos (2 palitos)



Picarones (6 uds.)

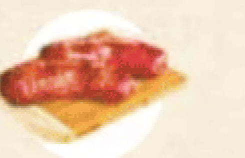


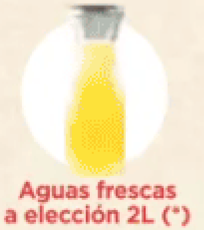
Salchipapas Frankfurter


Tequeños de lomo (6 uds.)


Yuquitas a la huancaína


Mollejitas a la parrilla


Porción de chorizos (2 uds)


Aguas frescas a elección 2L (*)

*Agua loco del pollo *De la selva su agua *Agua andina *Emoliente *Agua mágica

MED PEDIDOS: mediterraneo.com.pe | 715-5555







USAMOS CARBÓN CERTIFICADO, CONTRIBUYENDO CON LA CONSERVACIÓN DE LA BIODIVERSIDAD.


MediterraneoPaginaOficial


mediterraneo.rest

Válido del 28 de marzo al 3 de abril de 2025. No aplica descuentos sobre esta promoción.
Imágenes referenciales. En salón se entregarán 2 lt de aguas frescas. Válido para salón, pedidos a domicilio y llevar.

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

ESTE LUNES

¡COMIENZA PROMOCIÓN MILLONARIA!

EL CAPIBILLETÓN DE trome

COBRA AL TOQUE

- **Si ganas premios de 50 y 100 soles, para cobrar acércate a tu canillita más cercano.**
- **Para premios de 1000 soles o más, acércate al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre, los martes y jueves de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.**

LLENA UNA COLUMNA

→ **Todos los lunes,** durante la promoción, recibe una cartilla gratis por la compra de Trome.

→ **A diario publicaremos los cupones.** De lunes a viernes serán seis. Los sábados y domingos te daremos ocho.

→ **Para ganar, completa** con los cupones una columna de cinco espacios de una de las letras de BINGO.

→ **Si llenas los cinco casilleros** de la B te llevas 15 mil soles. Las letras I, N, G y O también tienen premios.

Regalaremos más de 200 mil soles y tú puedes ser uno de los suertudos

Nuestros lectores lo piden y nosotros cumplimos sus deseos. Por eso, este lunes 31 de marzo comienza El Capibilletón, que entregará más de 200 mil soles.

¡Hay premiazos en efectivo de hasta 15 mil, 5 mil y mil soles!

Imagina todo lo que podrían hacer tú y tu familia con tanta platita.

Así que el lunes, con el periódico, recibe gratis una cartilla del bingo.

Como estas son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus oportunidades de ganar.

CUPONES CADA DÍA

Esta 'promo' durará cinco semanas y todos los días publicaremos los cupones que debes recortar y pegar en tus cartillas.

De lunes a viernes saldrán seis, mientras que sábados y domingos serán ocho.

CLASIFICADOS

ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades



Él

CONOCE NUESTRAS
TECNOLOGÍAS:



ULTRAFRESH



CAMISAS
DESDE
3x S/99.90

JOHN HOLDEN · JOHN · DONATELLI · VAN HEUSEN

Encuéntranos en todas nuestras tiendas Él a nivel nacional. Contamos con tallas grandes.

Vigencia del 01/03 al 31/03 de 2025 o hasta agotar stock de 50 unidades. No acumulables con otras promociones. Códigos seleccionados.

EX COMANDANTE GENERAL DE LA POLICÍA, **RAÚL ALFARO, RATIFICÓ QUE EXPRESIDENTE** LE DIO DIRECTIVA TRAS EL GOLPE DE ESTADO

"Aún a estas alturas no faltará quien insista en que Castillo se vació solo o que no habían los votos, o que lo drogaron, o que sus ministros no sabían. Este asunto debe cerrarse cuanto antes por el bien del país y de las próximas elecciones". EDWARD MÁLAGA (CONGRESISTA)

FUE LA ORDEN DE CASTILLO

'GENERAL, CIERRE EL CONGRESO'

Periodista de Canal 7 dijo que **Betssy Chávez le comunicó** que iban a convocar a elecciones

La décima audiencia realizada por la Sala Penal Especial de la Corte Suprema, la cual viene evaluando el pedido de 34 años de prisión efectiva contra el vacado expresidente Pedro Castillo, por el golpe de Estado del 7 de diciembre del 2022, fue una sesión que dejó en una situación muy complicada al exjefe de Estado y sus ministros.

El primer testigo que declaró fue el general (r) de la Policía Nacional, Raúl Alfaro, quien al momento del golpe ocupaba el cargo de comandante general de la PNP. Ante los jueces, Alfaro dijo que Castillo le dio la orden de cerrar el Poder Legislativo.

"El presidente (Pedro Castillo) me dice: 'General, cierre el Congreso. Saque a todos los que están adentro, no permita que nadie ingrese, intervenga a la fiscal de la Nación y la Fiscalía, y dé seguridad al domicilio del señor Aníbal Torres, de la premier Betssy Chávez y al domicilio de sus padres'. Yo le respondí: 'Señor presidente, ¿cuál es el motivo para intervenir a la fiscal de la Nación y el cierre del Congreso?'. Me dijo: 'Esos detalles se los va a dar el ministro'", señaló.

RAÚL ALFARO

Tras lo revelado, el ex ministro del Interior, Willy Huerta, se paró de su lugar e ignorando a sus tres abogados empezó a gritarle a Alfaro, acusándolo de mentiroso, y de que 'lo botaron de la PNP por mentiroso'.

FUE SORPRESIVO

La periodista Cintya Malpartida fue la segunda testigo en declarar. Reveló que la transmisión del mensaje a la Nación no fue coordinada desde la presidencia con TV Perú.

"Se abre una puerta y estaba el presidente Pedro Castillo en su despacho. Yo había llegado con la idea de entrevistar a la premier (...). Creí que iba a entrevistar al presidente Pedro Castillo, pero después que lo saludé le pregunto a la señora Betssy Chávez si va a ser entrevista, y me dice que va a ser mensaje a la Nación", explicó.

Tras el mensaje reveló que volvió a conversar con Chávez, quien confirmó que haría un decreto: "Le comienzo a preguntar a la expremier ¿qué viene ahora? Y ella me dice que se va a convocar a elecciones, que había que reestructurar el Estado, que era necesario, que no se podía seguir gobernando de esta manera".

LEGISLADORAS CITADAS

Los jueces dispusieron que Adriana Tudela (Avanza País) declare hoy por este caso. Vivian Olivos fue citada para el 15 de abril.

FUERZA POPULAR

Acusan a Fiscalía de persecución política

El parlamentario Fernando Rospigliosi (Fuerza Popular) acusó a la Fiscalía de la Nación de estar cometiendo una persecución política contra su partido, tras la investigación que realiza el Ministerio Público sobre la presunta ilegalidad de su agrupación.

"La Fiscalía está controlada por la mafia caviar y actúa de manera política. En lugar de dedicar recursos a combatir la delincuencia, persiguen a partidos políticos como Fuerza Popular", dijo a la prensa.

FERNANDO ROSPIGLIOSI

A su vez, Keiko Fujimori enfatizó: "Es realmente lamentable que, luego de solo dos días de la convocatoria a elecciones, ya tengamos a un primer actor político: la Fiscalía. La institución encargada de luchar contra la delincuencia está desviando recursos para perseguir a quienes participamos en política".

La Asociación Civil Transparencia advirtió que este tipo de acciones de la Fiscalía 'resulta peligrosa para la democracia y atenta contra la independencia del proceso electoral recién convocado'.

A PARTIDOS

Dina pide candidatos 'honestos'



La presidenta Dina Boluarte pidió a los partidos políticos que participarán en las elecciones del 2026 que pongan 'candidatos honestos'. Fue durante una actividad oficial en Puente Piedra.

"Por el bien del Perú, hago un llamado a los partidos políticos a trabajar en la búsqueda de peruanos honestos y con grandes valores para seguir conduciendo los destinos de nuestra querida patria", dijo.

ARTISTAS SIGUEN SIENDO AMENAZADOS

Nueva marcha contra la inseguridad

Una nueva marcha contra la inseguridad ciudadana que se vive en el país se realizará hoy a las 5 de la tarde, en el Parque Bustamante, San Isidro.

Diversos artistas, que son víctimas de criminales que les exigen cupos para dejarlos trabajar, participarán en esta nueva manifestación que tiene como objetivo llegar a los exteriores del



Ministerio del Interior, para exigir respuestas.

La vocera del colectivo 'Artistas por la Paz', quien prefirió seguir en el anonimato, reveló que ayer se iba a realizar una conferencia, pero diversos grupos recibieron amenazas. "En un medio de radio había sido justamente extorsionado el grupo Los Cantaritos de Oro en vivo; adicionalmente, algunos artistas que prefiero no mencionar empezaron a recibir también algunas llamadas", refirió.



POR OTROS DELITOS

San Martín: Cerrón puede ser capturado

El presidente de la Sala Penal Permanente de la Corte Suprema de Justicia, César San Martín, se pronunció sobre la absolución que recibió el líder de Perú Libre, Vladimir Cerrón, en el caso 'Aeródromo Wanka', y aseguró que esta decisión no le impide ser capturado para que cumpla con la medida de prisión preventiva en su contra por otro caso.

Contra Cerrón todavía hay una medida de prisión preventiva de 24 meses por los presuntos delitos de lavado de activos y crimen organizado, en el caso 'Aportes a Perú Libre'.

El abogado penalista Benji Espinoza advirtió que Cerrón 'sí puede postular' en el 2026, ya que esa medida no es una restricción.

ASESINOS DEL 'RUSSO' LA PAGARÁN

'MARIANO' CONFESÓ

Se agrava la situación legal de Mariano Antonio Altamirano Ramos, 'Mariano' o 'Pelao', principal sospechoso del ataque a balazos al bus de la agrupación musical Armonía 10 de Piura, en el que murió el vocalista Paul Flores García, 'Russo'.

Se conoció que dio positivo a la prueba de absorción atómica a la que fue sometido, lo que demuestra científica y fehacientemente que hizo disparos con un arma de fuego, días antes de su captura, realizada el lunes 24 de marzo en Los Olivos.

A esta pericia se suma que durante su manifestación ante los detectives de la División de Investigación de Homicidios de la Dirincri que investigan la muerte de 'Russo', según una fuente policial, habría reconocido que la madrugada del domingo 16 de marzo estuvo en el auto desde donde se habrían realizado los disparos contra el ómnibus del grupo de cumbia, en San Juan de Lurigancho.

A la Policía le dijo que estuvo en el auto desde el que habrían baleado al bus de Armonía 10

BRAZO TATUADO

Para los investigadores, el brazo de la persona que está en el asiento del copiloto y sobresale por la ventana del vehículo oscuro donde iban los atacantes sería de 'Mariano'.

Ello será corroborado con la comparación del brazo derecho tatuado de este sujeto con las imágenes de los videos de las cámaras que captaron el desplazamiento del carro la madrugada del atentado mortal.

Además de esta investigación, el que, según informes de inteligencia, sería el brazo armado de la sanguinaria banda criminal 'Los Injertos del Cono Norte', liderada por Erick Moreno Hernández, 'Monstruo', afronta una acusación por tenencia ilegal de armas y tráfico ilícito de drogas. (E. Cirilo)

PERITOS TAMBIÉN DEMOSTRARON DE FORMA CIENTÍFICA QUE HIZO DISPAROS

DENUNCIARÁN A LABORATORIO

Aumentan fallecidos por suero fisiológico



Diecisiete afectados, siete de ellos graves, tres muertes y una más extraoficial, es el saldo preliminar de una negligencia en la producción del lote 2123624 de cloruro de sodio (suero fisiológico) fabricado por Medifarma.

El ministro de Salud, César Vásquez, informó que se 'inmovilizó los productos' y se dispuso denuncia penal al laboratorio y a quienes resulten responsables. Además, la Digemid inspeccionó el laboratorio y cerró temporalmente el área de producción.

El lote fue de 20 mil frascos. La parte distribuida fue a Cusco, La Libertad y Lima, 'todas en el sector privado', y no fue adquirido por el Ministerio de Salud ni por EsSalud. Vásquez explicó que, aunque se trata de agua con sal, no se habría mezclado bien. SuSalud intervino a los establecimientos privados involucrados y el Minsa pide reportar casos sospechosos. Medifarma reconoció incumplimiento interno en el protocolo de producción, pidió perdón e indicó que asumirá consecuencias. (I.M.)

DONARON MOTOR NUEVO A MÁXIMO NAPA

Náufrago rescatado volvió al mar

Máximo Napa Castro, el pescador peruano que pasó 95 días a la deriva en el océano Pacífico, volvió al mar lleno de esperanza. "Nunca perdí la fe, jamás. Ahora con este nuevo motor que tiene mi embarcación me siento más seguro, incluso puedo ir hasta Japón", dijo entre risas y lágrimas en el muelle José Olaya, en el puerto de San Andrés, Pisco.

Fue rescatado por un barco pesquero el 11 de marzo en aguas internacionales, a unos mil kilómetros de la costa ecuatoriana. "El mar es mi vida, siempre lo será", dijo esa vez llorando.

Yamaha Motor del Perú le donó un motor fuera de borda y una radiobaliza valorizados en más de 35 mil soles, marcando un nuevo comienzo en su vida.

POR REINICIO DE OBRAS

Cierran la bajada de Armendáriz

Hoy se reinician las obras del Corredor Turístico Miraflores-Barranco, para la instalación del puente tubular en la quebrada de Armendáriz, anunció la Municipalidad de Miraflores. La bajada de Armendáriz permanecerá restringida al tránsito vehicular de 9 de la noche a 5 de la mañana a partir de hoy hasta el martes 1 de abril, mientras se trasladan y e instalan las plataformas del puente.

El Consorcio Costa Verde asumió la ejecución, tras la cancelación del contrato con Incot S.A.C. el año pasado. La instalación se retomará con cuatro plataformas.

ESTE DOMINGO

Sorteamos el 'Reventón'

Participa en la 'Súper Llamada Ganadora', pues todos los días sortea platita en efectivo.

De lunes a sábado salen 200 soles, mientras que los domingos damos 1500 soles del 'Reventón semanal'.

Para probar suerte debes llamar al **710-0260** o ingresar a **trome.com**.

Mientras más veces te apuntes, mayores serán tus chances.

A COBRAR

Nuestro lector Máximo Vargas (4008643, de Ancón) ganó los 200 soles del sorteo de ayer jueves.



*COREA DEL NORTE

'Chino loco' prueba 'drones asesinos'

Kim Jong-Un, líder de Corea del Norte, supervisó la prueba de nuevos drones asesinos que incluyen tecnología de inteligencia artificial, informó ayer la prensa estatal de ese país.
Corea del Norte presentó en agosto sus drones de ataque y los expertos dicen que este desarrollo armamentístico podría estar vinculado a la creciente alianza con Rusia.
La prueba fue de 'varios tipos de drones de reconocimiento y suicidas' producidos por el Complejo de Tecnología No Tripulada. Serán utilizados 'en varias misiones tácticas de ataque'.

*ESPAÑA

Shakira en nueva bronca con Piqué

La cantante Shakira y su expareja Gerard Piqué sostienen una nueva disputa. Esta vez por la venta de la mansión que compartieron durante 11 años en Barcelona. La barranquillera asegura que la lujosa propiedad tiene un valor de 12 millones de euros, pero Piqué insiste bastante en venderla en solo 7 millones. Es que a él no le estaría yendo muy bien en sus negocios y necesita liquidez.
Shakira no cede en esperar una mejor oferta, pues además señala que Piqué le quiere dar 'una miseria'.

*EGIPTO

Submarino se hunde con 45 turistas



Al menos seis personas murieron y otras nueve resultaron heridas en Hurgada, en la costa egipcia del Mar Rojo, por el hundimiento de un submarino con turistas.
Las autoridades de la Gobernación del Mar Rojo confirmaron que al menos cuatro de los seis fallecidos son rusos. El submarino 'Simbad' realizaba un viaje rutinario desde una de las playas de la localidad con 45 personas a bordo cuando sufrió un fallo técnico en los motores que provocó el hundimiento.

*AYACUCHANO

MAESTRO ALBAÑIL TOCA EL ARPA

POR: MARCO GONZALES

Con las mismas manos que tarrajea una pared, mezcla cemento o carga palos, Moisés Cabana toca el arpa con gracia. A sus 60 años, este ayacuchano es conocido en su barrio de San Juan de Miraflores por ser un respetado maestro de obra y, al mismo tiempo, el encargado de ponerle melodía a las danzas de tijeras, huaylía y toril, entre otras.
La música llegó a su vida a los 18 años, cuando tomó un arpa por primera vez. Con dedicación y constancia aprendió a dominarla y a los 25 comenzó a presentarse en plazas y festividades de los pueblos cercanos. Desde entonces no ha dejado de llevar las melodías tradicionales de Ayacucho a cada rincón donde lo convocan.
"Toco el arpa en fiestas costumbristas como la danza de tijeras, huaylías y toril", comenta con orgullo.

Don Moisés pone la música a las danzas de tijeras y otras de su tierra

DE TODO UN POCO

Pero la vida de don Moisés no se limita a la música. A los 30 años comenzó a trabajar como ayudante de albañilería y, poco a poco, aprendió el oficio hasta convertirse en maestro de obra. Hoy, con 20 años de experiencia en la construcción, se ha ganado el respeto de su comunidad por su responsabilidad y habilidad en trabajos que van desde acabados y electricidad hasta fontanería.
"Sé de todo un poco, y mis vecinos y clientes confían en mí porque saben que siempre hago un trabajo serio", señala.

YA ES ABUELITO

Con cuatro hijos y ocho nietos, don Moisés siempre encuentra espacio, entre sus obligaciones como maestro de obra, para dedicarse a la música. "Tocar el arpa es una tradición, hay que tocar la música con sentimiento", cuenta.

FOTOS: ALLENGINO QUINTANA

Aprendió música solo y en San Juan de Miraflores también lo buscan para obras de construcción

*PESE A QUE AMENAZA DE MUERTE A VÍCTIMAS

'Chamo' roba casa de madrugada, lo detienen pero es liberado

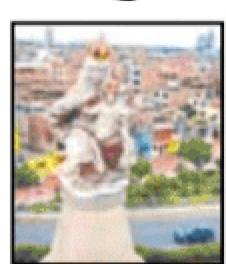
Indignante. Un venezolano que ingresó por el quinto piso a una casa en Comas, para robar joyas, celulares de alta gama, billeteras y una bicicleta, por 40 mil soles, fue arrestado. Pero lo liberaron pese a que se le encontró parte de lo que hurtó y las evidencias en su contra.



En la madrugada del domingo Wilfred Rafael Serrano, 'Spiderman', irrumpió en la vivienda ubicada en el pasaje Francisco Guerrero 152, El Retablo. Horas después del atraco fue detenido, pero lo liberaron pese a que las víctimas lo reconocieron, lo encontraron pintando la bicicleta robada y su rostro aparece en los videos del robo.
La familia agraviada fue amenazada de muerte por el ladrón. [E. Cirilo]

*POR OBRAS

Trasladarán a Virgen del Carmen



El monumento de la Virgen del Carmen será trasladado del cruce de las avenidas Elmer Faucett y Morales Duárez al boulevar Los Camarones, informó la Municipalidad de Carmen de la Legua-Reynoso. Indicaron que la medida permitirá instalar dos puentes modulares para aliviar la congestión vehicular en Morales Duárez, clave para el acceso al nuevo aeropuerto Jorge Chávez. El traslado, a cargo del MTC, finalizará en 30 días.

*RONDÓ LA TRAGEDIA

Avioneta se estrella y ocupantes se salvan

Una avioneta de instrucción se precipitó en la vía Pisco-Paracas, cerca de la Villa FAP, en Pisco, Ica, y sus dos ocupantes evitaron caer en los techos de las casas.
Se salvaron de milagro, pues los cables eléctricos amortiguaron la caída, aunque dos postes cayeron. La luz fue cortada para evitar que bomberos y rescatistas se electrocuten. Piloto y copiloto serían alumnos de la Escuela de Pilotos del Grupo Aéreo 51.

✱REIMOND MANCO LANZÓ ADVERTENCIA A JEFFERSON FARFÁN

‘UNA MÁS Y SUELTO EL ARSENAL, PAPI’

Los amigos que se volvieron enemigos. Jefferson Farfán y Reimond Manco siempre se llevaron bien. En 2008, la ‘Foquita’ lo recibió en PSV Eindhoven y nadie dudaba del afecto que se profesaban. Pero hace unos meses, Paolo Guerrero despreció la Liga 1 y luego volvió para jugar en la César Vallejo, y el ex ‘Jotita’ lo criticó. ‘Jeffry’ salió a defender al ‘Depredador’ y lapidó al ‘Rei’: “Él [Paolo] ha hecho en seis meses todo lo que no pudiste hacer en tu carrera”. Pero Manco, cansado de que lo sigan atacando en su programa, salió a retar a Farfán. “Ya me cansé de que ese tipo me compare con todo el mundo, quiera minimizarme y siempre intenta burlarse de mí. ¿Qué pasa, papi? ¿No te acuerdas cuando la vaca fue ternera? ¿No te acuerdas cuando estaba en Venezuela y me llamaste para pedirme un favor?”, fue su primera advertencia. Después, Reimond lanzó su amenaza: “¿Quieres guerra? Tengo el arsenal listo, papi. No soy ningún tonto, diferente es que yo no quiera problemas, te estás pasando de la raya. Una más y suelto todo. Me he mantenido callado, pero te voy a ir soltando una por una”, sentenció.

RECIBE A SPORT HUANCAYO SIN ANDY NI ‘OREJAS’ FLORES PENSANDO EN DUELO ANTE RIVER PLATE POR LA LIBERTADORES



SE SACAN EL POLO

En Ate sacan la balanza. ¿Qué pesa más, la Liga 1 o la Copa Libertadores? Lo cierto es que el técnico Fabián Bustos no desea descuidar ninguno de los dos torneos, pero tendrá que dosificar a algunos jugadores cuando enfrenten hoy a Sport Huancayo en el ‘Monumental’ (8:00 p.m.).

El martes arranca la Libertadores y el debut será ante River Plate. La ‘U’ quiere a su mejor oncena y por ello Edison Flores y Andy Polo no serán tomados en cuenta para recibir al ‘Rojo Matador’. Ambos vienen de un fuerte trajín por los partidos ante Bolivia y Venezuela en Eliminatorias y se decidió darles descanso.

Tras el último entrenamiento, Hugo Ancajima será quien se ubique por derecha y José ‘Tunche’ Rivera acompañará a Alex Valera en el ataque. “Siempre trabajo esperando mi oportunidad. Ahora tengo que dejar todo para que el profesor [Bustos] siempre cuente conmigo”, aseguró Rivera. En cambio, Aldo Corzo sí será de la partida en la defensa, ya que no tuvo minutos en los duelos de la selección.

Sport Huancayo llegó a la capital en bus a pesar del huaico que cayó en la carretera y el técnico Richard Pellejero jugaría con Ronal Huacchay Janio Pósito en su delantera. A las 10 de la noche se sabrá si la decisión de guardar a sus seleccionados fue buena o no.

DATAZO

✱**DESDE** ayer la ‘U’ puso a la venta las entradas para el duelo copero ante River Plate y ya se vendieron 20 mil boletos.



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **ESE 'CHATO QUE LE ENCANTA LA CHELA'** anda de mal en peor. En lugar de estar concentrado, bajando la guata y pensando en fútbol ahora que su equipo jugará la Sudamericana, anda respondiendo a programas de espectáculos si su pareja fue amante o fueron su 'colchón'. Encima el domingo lo van a largar mal. Qué feo... **ME CUENTAN QUE LA 'CHICA REALIDAD'** se guardó una cosita cuando estuvo en el 'sillón rojo'. Se le olvidó contar que anda en salidítas con un 'charrúa' que el año pasado jugó en la tierra de James Rodríguez y ahora está en un grande de Perú. En la tierra del café comentaron que el hombre no perdona nada y tiene fama de gustarle la noche. No toma, no fuma, pero aseguran que le encanta gastar las 'llantas' en la madrugada. Hummmm... **POR FIN HABLÓ EL ARQUERO** a quien acusaron de arreglar un partido para que su equipo pierda en la 'Liga Two' y lo vieron entrando a un 'telo' con una tía que canta cumbia. Antes decía que no la conocía y ahora asegura que solo es su amiga. La firme que la doña y él vivieron su romance en un 'escondite' de Comas y ella lo 'pechaba'. Curuju... **AVISO DE SERVICIO PÚBLICO. UN 'ARROCITO',** que nació y jugó en Matute, abrió una escuela de fútbol para menores. Contrató profesores y entre ellos estaba su excompañero en calichines y capitán de su categoría. Lo malo que se acabó el curso que duró varios meses, fue un éxito y hasta ahora no le paga a nadie. Primero no respondía las llamadas, después dejó los mensajes en visto y ahora ha bloqueado a su causa. Así no es... **ME AVISAN QUE EL TÉCNICO DEL EQUIPO MÁS GANADOR DE LA 'CIUDAD IMPERIAL',** cada vez que se entera que llega de visita un paraguayo que hizo el gol que les dio el primer título internacional, empieza a decir que está ahí para 'regalarse' con el 'man' del club y chapar el buzo. La firme que ve sombras por todos lados. Qué palta... Me voy, soy fuga.

FUERZA AÉREA DE MATUTE

ALIANZA LIMA VIAJARÍA EN AVIÓN ANTONOV A JAUJA PORQUE NO POSTERGARON SU DUELO CON ADT



Lluvias, carreteras
jadas, huaicos, fal
transporte y aerop
de Jauja en malas
ciones. Alianza Lima le pi
todos los medios a la Fed
Peruana de Fútbol que re
me su partido ante ADT e
ma, pero la respuesta ofi
contundente: no hay form
encuentro va de todas ma
La dirigencia blanquiazul
queda de brazos cruzado
inmediato inició contact
las fuerzas militares del p
buscarán contratar un av
delo Antonov. El equipo ll
hasta Jauja y luego se tra
ría por tierra hasta la 'Per
Andes'. Eso sí, efectivos d
cito acompañarían al pla
El problema que encuent
victorianos no es solo de
do, también de descanso
juegan el martes 1 de abri
sa ante Libertad de Parag
el inicio de la Libertadore
motivo, el profesor Nésto
sito enviará un equipo alt
dará descanso a los que v
de jugar con la selección.

DATAZOS

ANTE el interés de clubes del exterior por Renzo Garcés, Alianza Lima buscará renovarle el contrato que vence a fin de año.

PAOLO Guerrero le ganó juicio a Flamengo y no tendrá que pagar más de un millón de dólares por concepto de derechos de imagen durante el tiempo que estuvo suspendido por dopaje.

LA SELECCIÓN Sub-17, que dirige Carlos Silvestri, cayó 5-0 ante Paraguay en el inicio del Sudamericano de la categoría.

"Tenemos un buen plantel que está preparado para afrontar los dos torneos".
Jesús Castillo, volante de Alianza Lima

Hay equipos grandes que lloran permanentemente por el tema de los viajes. Yo los invito a Grau y que tengan doble logística".
Ángel Comizzo, DT del A. Grau

HOY

SULLANA	3
A. Atlético vs. Cusco FC	

'CERVECEROS' NO COMPRAN ENTRADAS Y PROTESTARÁN AFUERA DEL GALLARDO

BOTAN ESPUMA



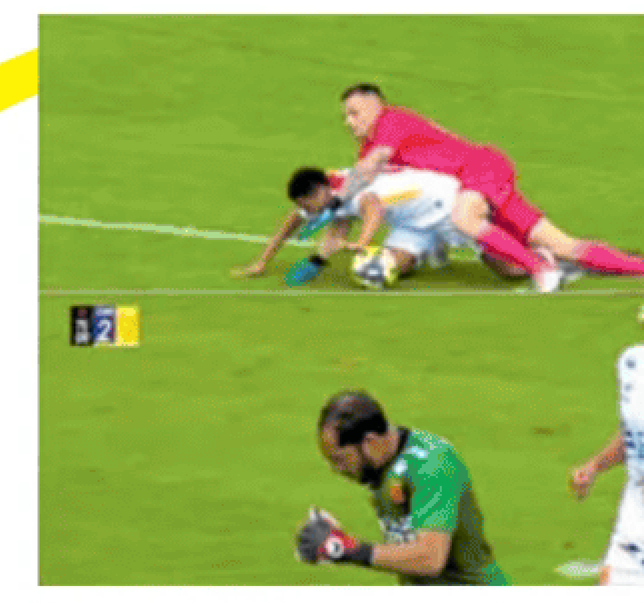
Indignados. Sporting Cristal enfrenta mañana a Binacional y los hinchas celestes se dividen. La venta de entradas no es la esperada y la razón es una: un grupo de fanáticos ha propuesto no adquirir los boletos, pero ir a las afueras del estadio 'Alberto Gallardo' a pedir que se vaya el técnico Guillermo Farré. Otro sector sostiene que deben asistir a la tribuna y hacerle sentir el rechazo al estratega. Mientras, los dirigentes aceptaron la renuncia voluntaria del preparador físico Rodrigo Figueroa, aunque él haya dicho que solicitó una licencia de trabajo por motivos personales.



MARCÓ DOBLETE Y MELGAR VOLTEÓ A AYACUCHO FC

EL TORO LAUTARO DEL MISTI

Huanta.- Si Argentina tiene a Lautaro Martínez, Melgar también cuenta con su 'Toro', quien marcó un doblete y le dio el triunfo a los mistianos 3-2 sobre Ayacucho FC. Los 'Zorros' ganaban con goles de Maxi Pérez (penal, 25') y Juan Lucumí (44'). Horacio Orzán había sido expulsado en la visita (63'), pero Jonathan Bilbao vio la roja en el local (75') y la historia cambió. Apareció Lautaro Guzmán (76' y 83') y llevó a Melgar a la cima del Apertura con puntaje perfecto. Tomás Martínez había descontado antes de tiro libre (35').



ARQUEROS DE COMERCIANTES Y G
FUERON PROTAGONISTAS EN EMPA

EL SHOW DE GUANT

Cajabamba.- El show se lo robaron los ar
ros. Comerciantes Unidos ganaba 2-1 hast
el portero Juan Valencia cometió tremendo pen
zo y Atlético Grau terminó empatando 2-2. El g
Patricio Álvarez, que había cometido un blooper
tanto de Williams Guzmán (70'), ejecutó el dispa
igualar (76'). Antes, Sebastián Gonzales Zela ha
adelantado al local (60') y Neri Bandiera (28') a
primero de los piuranos.

PUBLIRREPORTAJE

Eat Well, Live Well.



Ciencia y sabor: conoce cómo se produce el sazonador umami AJI-NO-MOTO®

Desde Japón hasta las cocinas del mundo: AJI-NO-MOTO® ha transformado la gastronomía y la forma en que se elaboran millones de platos. ¿Cuál es su origen y cómo se produce? Te lo explicamos en detalle.



El sazonador umami AJI-NO-MOTO® se produce mediante fermentación de azúcares. Este es un proceso similar al que se usa para hacer yogurt, vino o sillao. Para ello, se utilizan microorganismos que transforman el azúcar en ácido glutámico, que luego se purifica y cristaliza, dando origen al glutamato monosódico o conocido por su marca comercial AJI-NO-MOTO®.

No es un producto artificial: Aunque se elabora mediante procesos industriales, el AJI-NO-MOTO®, se obtiene a partir de fuentes naturales y procesos biológicos. ●

CONSEJOS DE ESPECIALISTA

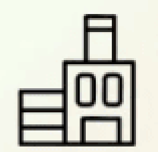
¿Sabías que el consumo de sal en muchas familias peruanas supera el doble de la cantidad recomendada? Sigue estos tips para llevar una dieta más saludable:

1. **Usa menos sal:** *Prepara sopas, cremas y salsas con hierbas y condimentos naturales. Sustituye la sal por AJI-NO-MOTO®, que tiene menos sodio.*
2. **Come balanceado:** *Incluye cereales, lácteos, carnes, huevos, frutas, verduras y aceites saludables en tu dieta.*
3. **Frutas y verduras:** *Asegúrate de comer 3 porciones de frutas y 2 de verduras al día.*
4. **Bebe suficiente agua:** *Hidrátate con 8 vasos de agua al día.*
5. **Actívate:** *Realiza al menos 30 minutos de actividad física diaria.*

Miluska Zurita Esquivel - Nutricionista especialista en estilos de vida saludable | Ig: **@nutri_fit_asesorias**

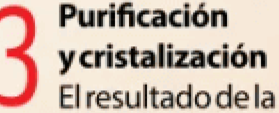
1 Todo inicia en la caña de azúcar

Después de extraer el azúcar que consumimos a diario, queda un subproducto valioso: la melaza de caña de azúcar. Este líquido oscuro y espeso es rico en azúcares naturales, y es el punto de partida para la producción de AJI-NO-MOTO®.



2 Viaje y fermentación

Desde los campos azucareros del norte del país, la melaza es trasladada a la planta de Ajinomoto del Perú, ubicada en el Callao. Allí, entra en acción la biotecnología: microorganismos vivos fermentan la melaza y la transforman en ácido glutámico, ingrediente clave para obtener el sazonador.



3 Purificación y cristalización

El resultado de la fermentación pasa por un proceso de optimización y posterior purificación, donde se eliminan impurezas y se obtiene un producto puro y de alta calidad. Luego, se seca y cristaliza, dando origen a los conocidos cristales de AJI-NO-MOTO®.

4 Envasado

Una vez listo, el AJI-NO-MOTO® se envasa y se distribuye a bodegas, mercados y supermercados en todo el país. Así, este sazonador llega a los hogares peruanos, elevando el sabor de innumerables platos con un toque umami.

*Ya sabes más sobre el origen de AJI-NO-MOTO® **¡Pasa la voz para que más personas conozcan de dónde viene y cómo se hace!***

https://linktr.ee/ajinomoto.del.peru

Escanea el QR y sigue sus redes



¿Sabías que con AJI-NO-MOTO® puedes reducir el sodio (sal) de tus comidas?



SUSTITUYE 1 cucharadita de sal de mesa **POR** ½ cucharadita de sal de mesa + ½ cucharadita de AJI-NO-MOTO®



DATAZO

Son 5 los gustos básicos: dulce, ácido, salado, amargo y umami (sabroso), que lo encontramos en diversos alimentos y el AJI-NO-MOTO®





LA PEÑA DE FERRAN

TORRES ES EL SUPLENTE CON MÁS GOL Y MARCÓ EN BARCELONA QUE GANÓ A OSASUNA



Más líder que nunca. A falta de 10 fechas para que finalice La Liga, Barcelona (1° con 63) goleó 3-0 al Osasuna y amplió la ventaja con Real Madrid (2° con 60) y Atlético (3° con 56). El encuentro, postergado por la muerte súbita del médico del club azulgrana, fue un paseo para los catalanes que presentaron un once lleno de titulares a pesar de que muchos venían de jugar dos partidos con su selección.

Hansi Flick solo se guardó a Raphinha e inició las acciones con Robert Lewandowski en el banquillo. Cuando solo se jugaban 11', Ferran Torres rompió la paridad y confirmó que es el suplente con más gol de toda España. El segundo fue obra de Dani Olmo (21', penal), que se fue lesionado y dejó preocupado al DT. El 3-0 fue obra de Lewandowski (77') que con su tanto llegó a los 94 como barcelonista y superó a un histórico como Ronaldinho.

Barcelona recibirá el fin de semana al Girona y el miércoles visitará al Atlético por el pase a la final de la Copa del Rey.

DATAZOS

LEWANDOWSKI llegó a 23 goles en La Liga y amplió su ventaja sobre Kylian Mbappé que tiene 20.

PAUL Pogba cumplió su castigo por dopaje y jugaría en el Olympique de Marsella.

EN BRASIL no se descarta tener un DT interino en lo que resta las Eliminatorias y volver a tentar a Carlo Ancelotti.

> **Vinicius tiene no sé cuántos partidos con la selección (Brasil) y solo seis goles".**
> Rivaldo, ex campeón mundial



DONATEDOS

El Madame Tussauds, fundado en Londres en 1835 y considerado el museo de cera más famoso del mundo, exhibirá al público una estatua en tamaño real de Kylian Mbappé desde el próximo 4 de abril. El crack del Real Madrid conoció los detalles y quedó impresionado. "Me encanta. Es un trabajo perfecto, ese soy yo", señaló 'Donatello', que también tiene réplicas en Berlín y en su natal Francia.



VENENO DE CAMPEÓN

Viajó, llegó y jugó. André Carrillo participó hasta los 79' con Corinthians que se consagró campeón del 'Paulistao 2025' al empatar 0-0 con Palmeiras (1-0 en la ida). El 'Timao' sufrió las expulsiones de Félix Caicedo (78') y el venezolano José Martínez (96'). En el 'Verdao', Marcelo Lomba vio la roja (96').



RONALDO CONTÓ SU ÉPOCA DE FIESTAS

GORDIBUENO CON LAS JUERGAS

Rumbero con clase. Ronaldo Nazario fue un grande en la cancha y experto haciendo fiestas. El 'Gordo' recordó su ritmo de vida nocturna. "En la ciudad en la que juegas o haces una fiesta en casa o firmas tu muerte. Entonces me diversifiqué y viajé. Siempre he sido de organizarlas y he tenido cuidado de hacer felices a todos", comentó y dijo que jugaba el sábado, viajaba a París y regresaba el lunes por la mañana a entrenar con Real Madrid. También contó que su compatriota Vampeta se quedó en su departamento en Italia y se tomó un vino de 10 mil dólares.

No perdió el tiempo. Neymar no jugó por su selección en la fecha doble de las Eliminatorias por lesión, pero eso no le impidió irse de fiesta. El crack del Santos coincidió con la modelo brasileña Nayara Macedo, quien anunció que tuvo relaciones con el futbolista y una mujer más. Producto de este encuentro íntimo, la influencer quedó embarazada y sospecha que el padre es 'Ney'. "Voy a hacer una prueba de ADN. Les voy a enseñar todo, porque sé que tienen curiosidad", señaló 'Any Awada', como también se le conoce a la chica.



MODELO ASEGURA ESTAR EMBARAZADA DE ASTRO BRASILEÑO

ADNEYMAR



Pamela: CUEVA NO ES ALCOHÓLICO

Cantante asegura que ***son falsos esos rumores sobre su pareja,*** pues por mucho amor no estaría con una persona con adicciones

Pamela Franco negó los rumores de que Christian Cueva sea una persona alcohólica y enfatizó que no estaría con alguien que tuviera algún tipo de adicción. Además, señaló que Janet Barboza no le ha respondido la carta notarial que le mandó exigiendo una rectificación por decir que había perdido un hijo de su pareja y ahora seguirá con el proceso legal.

"Él (Christian) es un deportista, yo no veo a una persona alcohólica, puedo hablar de lo que he visto, de lo que he vivido, de mi experiencia con él. Por más amor que sienta, pero si tengo a una persona adicta al alcohol o las drogas no podría tener un relación", dijo la cantante.

En otro momento, Pamela dejó entrever que demandará a Janet Barboza por haber afirmado que había perdido un hijo de Cueva.

"Hubo algo que me pareció supermal y bajo, que pasó mi límite y no voy a estar permitiendo, por eso le mandé una carta notarial a la señora Janet Barboza, quien hasta ahora no me ha respondido, pero yo voy a seguir en el proceso porque no me parece que vaya a estar chismeando como las vecinas", sentenció.

CUEVA PERDIÓ LOS PAPELES

Futbolista ***perdió los papeles*** en entrevista con ***'Amor y fuego'***

Ayer el futbolista aceptó un enlace telefónico con los conductores Rodrigo González y Gigi Mitre, del programa 'Amor y fuego', donde tuvo un fuerte intercambio de palabras, perdió los papeles y fue cortado del aire.

"Día a día tienes un micro y una cámara para decir lo que quieras, te aplaudo... pero por qué tienes que denigrar a las personas", fue el reclamo de Cueva, sin entender que ha expuesto su vida personal.

En este intercambio de palabras, Gigi lo acusó de haber hecho públicos sus problemas sentimentales, tildando de amante a Pamela Franco, lo que enardeció más al futbolista. "¿Amante?, tú eres tan ligera para hablar. ¿Tú fuiste mi colchón?, porque hablas como te da la gana", señaló 'Aladino'.

López echa a 'Aladino'

Pamela López, a través de unos chats que presentó 'América hoy', reveló que Christian Cueva solicitó ver las cámaras del edificio donde vive para saber con quién entra a su departamento luego que la ampayaron besándose con el salsero de Combinación de La Habana, Paul Michael.

"Tengo entendido, por la administración de mi vivienda, que el señor está solicitando cámaras de donde vivo para ver mis entradas y salidas. Esto lo tomo como una violencia psicológica", dijo Pamela vía WhatsApp.

Luego señaló que aunque ella salga a divertirse no descuida a sus hijos y que Cueva no cumple con la manutención.

"El señor no se ocupa en la manutención de mis hijos, no quiere conciliar, mucho menos quiere divorciarse. Es miserable, lo que busca hacer es querer dejarme mal, a pesar de que soy yo quien paga mantenimiento, alimentos, luz, agua, internet, ocios y todo de mis hijos", expresó.

Cuenta que quiere ver cámaras de su edificio para saber con quién entra a su departamento

trome fiesta

Aída solterita

Hace un año no tiene pareja y acaba de inaugurar su propia productora

Aída Martínez señaló que no tiene tiempo para el amor, pues acaba de montar su propia productora @Limaestudioaudiovisual con la que ha creado contenido para importantes marcas.

"Por fin hice realidad uno de mis sueños, pues soy comunicadora de profesión, y tener mi productora era un anhelo que tenía desde hace un tiempo. He grabado contenido que se ha vuelto viral para marcas como Claro, Platanitos, Is2, etc", dijo.

Y así como te sonríen los negocios, ¿el amor también?

No, estoy soltera hace un año.

Pero te tirán maicito...

Sí, pero ninguno cumple mis expectativas. Esa persona especial tiene que venir con lo suyo, yo tengo lo mío y juntos nos volvemos millonarios. Así debe de ser. (C. Chévez)



Zumba apenado por Macarena

Por el bullying que sufrió en 'Combate'

Alejandro Benites, 'Zumba', señaló que no le consta que Macarena Vélez haya sido víctima de bullying por su peso cuando estuvo en 'Combate'.

"La verdad es que nunca escuché a alguien de producción del programa que le digan que tiene que bajar de peso o que está gorda, pero si (Macarena) lo ha comentado es porque habrá pasado. Igual lamentó todo lo que ha vivido", señaló 'Zumba', quien continúa a full con sus eventos de animaciones.

¿Crees que estuvo bien que Macarena hable de la relación que tuvo con Said Palao en el sillón rojo?

El estilo del programa ('El valor de la verdad') es hablar sobre tu vida y ese episodio (con Said) es parte de sus vivencias, y así es la dinámica del espacio. Ella sabía a dónde se metía. (L.G.)

La Puca chotea a chibolos

La actriz Susan Cristán, más conocida como 'La Puca', señaló que se está dando una oportunidad en el amor y conociendo a un hombre especial, pero aclaró que no le gustan los chibolos.

"Todavía creo en el amor y no cierro las puertas de mi corazón. Estoy conociendo, saliendo y en busca del colágeno (risas), eso es mentira. No me gustan los chibolos, me gustan maduritos", precisó 'La Puca', quien espera que pronto le salga el divorcio del padre de su hijo. (L.G.)

Afirma que está saliendo con un madurito

Carlín regresa con Gian Marco

El actor Carlos Carlín anunció que esta noche regresa a las pantallas de TV Perú en su programa 'Noches de espectáculo' con una entrevista al cantautor Gian Marco Zignago, realizada en el Gran Teatro Nacional.

"Este programa busca poner en valor al artista nacional, buscamos que el público lo conozca desde una perspectiva diferente y pueda lucir su talento. Iniciamos con Gian Marco, luego vendrán figuras como Luis Ángel Pinasco", señaló.

En nueva temporada de 'Noches de espectáculo'

Evelyn a Melissa: EL QUE RÍE AL ÚLTIMO, RÍE MEJOR

Esperará a ver lo que revelará Klug en 'El valor de la verdad' porque 'yo la fulmino en un minuto'

Evelyn Vela dijo que está tranquila y no teme a las revelaciones que Melissa Klug hará en 'El valor de la verdad', pues según Beto Ortiz, de la popular 'Reina del sur' no 'quedará ni la mecha'.

¿Evelyn, estás tranquila? Beto comentó que Melissa deja a varios títeres sin cabeza con sus revelaciones en el sillón rojo y que de ti no queda ni la mecha...

(Ríe) Estoy tranquila, vamos a esperar al domingo porque recuerda que el que ríe al último, ríe mejor, porque yo la fulmino en un minuto.

Melissa hace poco dijo que debes recordar que también ha sido tu amiga, como dando a entender que sabe cosas.

Qué va a saber de mí, yo no lucro con mis cosas, ja, ja, ja.

Por su parte, Abel Lobatón señala que se encuentra relajado, tranquilo y sin temor a lo que pueda decir la madre de sus hijas.

"He visto la publicidad anunciando el programa, pero sinceramente no tengo nada que hablar y tampoco creo que vaya a decir nada nuevo sobre mi persona de lo que haya dicho anteriormente, no estoy temeroso", indicó el popular 'Murciélago'.

Luego comentó que actualmente está trabajando ligado al fútbol.

"Estoy entrenando niños y no tengo por qué andar intranquilo. Mi vida no tiene complicaciones", puntualizó el exfutbolista. (C.Ch./J.L.)

AMPAY!

HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **JEFFERSON FARFÁN** y **XIOMY KANASHIRO** llegaron a Lima tras su 'luna de miel' por Europa y señalaron que están muy felices y que la oficialización se tenía que dar en el momento oportuno. Manya... **HUGO GARCÍA** viajó a Miami para celebrar su cumpleaños, que es este domingo. Además, quien también se apuntó al viaje fue su amigo **PATRICIO PARODI.** Ayayayyy... La chinita **JAZMÍN PINEDO** comentó que solo se ha realizado dos operaciones estéticas, que han sido en sus senos, y el resto de su cuerpo es natural. Hummm... **NICOLA PORCELLA** compartió algunos videos del detrás de cámaras de su participación en la novela 'Amanecer', que viene grabando en México. Buena... La modelo **KATHIE REDS** contó que se encuentra en la dulce espera y está viviendo su segundo embarazo con mucha ilusión. Felicitaciones... **FRANCISCO GARCÍA,** hijo de la criolla **EVA AYLLÓN,** pedirá tres años de prisión efectiva para **NATALIA MÁLAGA** por haberle rayado su auto... Bueno, soy fuga porque mi amorcito sigue caluroso y vamos a darnos un baño... Suuuaaveee.

Cuéllar apoya a John Kelvin

Tras anunciar que se mudará a Barcelona con su familia

El cantante Lucho Cuéllar indicó que le desea lo mejor a su amigo John Kelvin, quien hace poco anunció que el próximo año se mudará a Barcelona junto a sus hijos debido a la inseguridad que existe en el país.

"Cada uno tiene su manera de hacer las cosas, si él se ha propuesto hacerlo, pues que le vaya superbién y le deseo lo mejor. La situación está muy difícil en el país, es una lástima que haya tanta desgracia y todo esté fregado", precisó Cuéllar,

De otro lado, Lucho contó que continúa trabajando con mucha precaución y anunció que realizará una gira musical por Europa. "Sigo grabando, produciendo y para Fiestas Patrias me voy a Europa. Sigo trabajando con el cuidado que se merece porque la situación del país está bien fuerte, pero gracias a Dios estoy tranquilo y bendecido. Solo espero que haya calma y paz en nuestra vida", mencionó el cantante, quien estrenó su videoclip 'Cuando tengas tiempo'. (L.G.)



Vasco lucha por su madre

Vasco Madueño sigue en la lucha para ayudar a su madre Jessica en su batalla contra el cáncer que padece, y solicita apoyo económico para cubrir los gastos.
El joven cantante está tratando de recaudar 80 mil soles para cubrir seis meses de tratamiento.
"Los tratamientos son caros, todo nos cuesta. Yo sigo buscando su sanación, su recuperación y espero que nos puedan apoyar. Igual quiero realizar un segundo show, estoy buscando un local. Gracias a Dios la música se convirtió en una herramienta para recaudar fondos. Igual, en algún momento podré dedicarme a eso, es mi sueño", comentó Vasco Madueño. (J. Lino)

Busca ayuda para costear tratamiento

Giuliana VACILA A MARYTO

TRAS LUCIRSE NUEVAMENTE CON *SILVANA PLASENCIA, HERMANA DE YAHAIRA,* DE LA MANO EN EUROPA

"Es una pena que haya caído otra vez en sus redes", señaló Giuliana Rengifo al enterarse de que Silvana Plasencia, hermana menor de la salsera Yahaira, retomó su relación con el cantante Maryto.
"Qué te puedo decir, yo ya no estoy con él, gracias a Dios. Ahora puede hacer de su vida lo que le dé la gana, allá aquellas ingenuas que se dejan engañar, es una pena que haya caído otra vez en sus redes, yo soy punto aparte", expresó la piurana.
Maryto y Silvana hace exactamente un año se comprometieron, pero luego se separaron sin explicar las razones. Sin embargo, han pasado cuatro meses y se lucen de la mano por las calles de Italia, donde el salsero está realizando unos shows.

Giuliana, Maryto llevó a Silvana Plasencia a Europa, así como lo hizo contigo cuando iniciaron su relación...
Creo que es su modus operandis, pero ya está. Yo me liberé, estoy feliz, soltera, tranquila y con hartos pretendientes. No puedo retroceder el tiempo. Ahora solo miro hacia adelante, lejos de esa gente, gracias a Dios.
¿Qué le aconsejas a Silvana?
Ella tiene que estar con los ojos bien abiertos. La verdad que me da pena por ella porque es una chica linda, que tiene una hermana talentosísima y no me parece que él la haya hecho caer otra vez en sus redes de la mentira.
¿Estás celosa?
Por favor, ja, ja, ja.
Entonces, ¿lo mejor fue terminar la relación con Maryto?
Obvio, como dice la canción 'me liberé, gracias a Dios me liberé', ja, ja, ja, sino imagínate cómo estaría. Ahora ya no tengo que ver nada con él, igual que le vaya bien. (J. Lino)

Señala que *siente pena por ella,* pues volvió a caer en su red de mentiras

Patricia ansiosa

La actriz Patricia Portocarrero indicó que está ansiosa por el estreno de la segunda parte de la película que protagoniza, 'Soltera, casada, viuda, divorciada'.
"Estoy feliz y con mucha expectativa por el estreno que será el 17 de abril en todas las salas. Creo que el Perú espera esta segunda parte de tan maravillosas mujeres, verdaderas, sinceras y que se divierten mucho", precisó Portocarrero.
Cuando se estrenó la primera parte de la película pronosticaste que llegarían al millón de espectadores y se logró. ¿Cuál será para la segunda parte?
Este pronóstico viene más grande porque creo que serán 2 millones y si se cumple voy a pelear con todos los productores para que se haga la serie de 'Soltera, casada, viuda, divorciada'. (L.G.)

Espera repetir éxito de 'Soltera, casada, viuda, divorciada'

Chica dorada flechó al pizzero

La 'Chica dorada' Aixa Sosa reveló que está viviendo un lindo romance con el pizzero Mauricio Diez Canseco, a quien calificó como caballero y detallista.
"Es un caballero, buena persona, detallista, y todo eso me conquistó. Tenemos muchas cosas en común, nos han visto juntos en varias ciudades, todo va fluyendo", comentó Aixa, quien tiene 27 años y forma parte de las 'Vedettes doradas argentinas'.
Por otro lado, dijo que no conoce a Daylin Curbelo y no le incomoda que vaya a ser madre de los hijos de Mauricio Diez Canseco. (E.C.)

Argentina Aixa Sosa dice que es caballero y detallista



Nabito se recuperó

Tuvo fuerte caída y reaparece en 'El reventonazo'

No se rinde. John Sandoval, 'Nabito', retornó a las grabaciones de 'El reventonazo del verano' tras dos semanas de ausencia, pues sufrió una fuerte caída.
"Me tropecé y me rompí la cabeza, estuve en reposo. A veces, por la inamovilidad de mis brazos (a causa del ELA) no puedo sostenerme, pero ya estoy mejor, este sábado (mañana) reaparezco, un poco torcido pero ya estoy bien ja, ja, ja", contó 'Nabito'.
Además, dijo que prepara su debut en la música. "Junto a mi papá y mi hijo hemos grabado una canción y haremos un videoclip. No me puedo quedar de brazos cruzados, la enfermedad no me va a vencer", enfatizó. (J. Lino)

familia salud

Postura

Siéntate frente a tu computadora y cierra los ojos unos minutos. Cuando los abras debes mirar el centro del monitor. Si no es así, tienes que nivelar tu pantalla.



Bebe agua

Beber suficiente agua (al menos dos litros al día) diluye la orina y evita la acumulación de bacterias en la vejiga. Esto ayudará a prevenir infecciones urinarias.



Defensas

El sistema inmunológico puede verse afectado por los cambios de clima, pero con buena alimentación, ejercicio, descanso y hábitos preventivos se pueden fortalecer las defensas.



ESTE LUNES 31 RECLAMA GRATIS LA PRIMERA CARTILLA CON TU 'DIARIO PAPÁ'

GANA MÁS PLATITA EN EFECTIVO

EL CAPIBILLETÓN DE trome

¿La lista de útiles te dejó con los bolsillos vacíos? Eso ya no será un problema gracias a nuestra promoción 'El Capibilletón', que regala más de 200 mil soles para que dejes de sufrir por las deudas.
Pero no solo eso, también para darte un gustito con la familia, comprar algo que falte en casa o por qué no, remodelar tu hogar. Solo tienes que participar y subirte a esta ola de pura platita en efectivo.

SABÍAS QUE...?

Si ganas un premio de 50 o 100 soles en Lima Metropolitana, deberás acercarte a tu canillita de confianza y presentarle tu cartilla para que pueda verificar y coordinar la entrega de tu premio. Si el monto es mayor, ve al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre.

Deja de sufrir por las deudas gracias a nuestro **bingo que regalará más de 200 mil soles**

DATITO
En Lima Metropolitana los premios de S/ 50 y S/ 100 se entregarán solo en efectivo. Y en provincias será en formato giftcard.

RUTA DEL BILLETÓN

1. **CARTILLA.** Este lunes 31 de marzo reclama gratis con tu 'diario papá' la primera cartilla de la promoción. Vendrá en papel couché y cada semana tendrá diferentes colores.

2. **CUPONERA.** Saldrá impresa al interior del diario del lunes 31 de marzo al domingo 6 de abril. Variará cada día y será válida en su respectiva semana. De lunes a viernes tendrá seis cupones, y el sábado y domingo ocho.

3. **RECORTA Y PEGA** tus cupones de acuerdo a la numeración impresa en la cartilla del bingo.

4. **GANA Y CELEBRA.** Una vez completados todos los números de una de las letras de la palabra BINGO habrás ganado el premio al instante.

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

NUTRICIÓN SALUD Y BIENESTAR

Gerardo Bouroncle McEvoy
Médico - Nutriólogo* CMP 31235

LA MICROBIOTA: EL OTRO CEREBRO

Dicen que dos cerebros piensan mejor que uno. Hoy en día hablamos ya de dos cerebros en nuestro cuerpo: el de la cabeza y el de nuestro intestino, formado por una red neuronal que recibe información de las bacterias que colonizan nuestro intestino llamado la microbiota.
Estas bacterias en general no nos hacen daño, sino que se alimentan de nosotros y, en su proceso de metabolismo, también intervienen en la síntesis y absorción de algunos nutrientes que necesitan nuestras células para funcionar bien. Hoy estamos seguros de que al alterar nuestras bacterias, como por ejemplo volviéndonos vegetarianos, cambiamos considerablemente muchas de ellas que ayudan con la síntesis de vitaminas como la B12 que interviene en la producción de hierro para la sangre y un buen funcionamiento neuronal, trayendo como consecuencia déficit de la misma y problemas de depresión. Así como las dietas extremas de grasas o mal llamadas keto.

gerardo_bouroncle@hotmail.com
Instagram: Gerardo_bouroncle
Facebook: Saber vivir



Juntémonos para combatir este grave problema de salud en el Perú

/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

Información comercial:
wendy.amanzo@comercio.com.pe

¡ESTE Y TODOS LOS MIÉRCOLES!

trome ESCOLAR

Por: Lida Neira - Comunicadora social - Profesora de inglés

LESSON FIVE HUNDRED EIGHTEEN (518)

This lesson shows you key words to give an explanation. Read on!
(Dis le-zon shous yu ki word-s tu giv an ex-pla-nei-shon. Rid on)
Esta lección te muestra palabras claves para dar una explicación. ¡Sigue leyendo!

Key words
Palabras claves

By the way
(Bai da wei)
Por cierto

That's why
(Dat'z wai)
Por eso

Just in case
(Yas-t in keis)
Por si acaso

In spite of
(In spai-t of)
A pesar de

That being said
(Dat bi- in said)
Dicho esto

Don't forget that
(Don't for-get dat)
No te olvides que

The reason is
(Da rí-zon ez)
La razón es

Additional
(A-di-sho-nal)
Adicionalmente

Therefore
(Der-for)
Por lo tanto

Unless
(An-les)
A menos que

Online Resources:

Video Giving Reasons

https://www.youtube.com/watch?v=ETFXS77rg3U

Song Because

https://www.youtube.com/watch?v=NrOrW_BilWk

Key words are a great support to convey your ideas clearly.
(Ki word-s ar a greit su-port tu con-vei yor ai-días kli-er-li)
Las palabras claves son un gran apoyo para expresar tus ideas claramente.

CONVERSATION / CONVERSACIÓN

A: He is sick. Therefore, he won't go to school.
(Ji ez sik. Der-for, ji won´t gou tu s-kul)
Él está enfermo. Por lo tanto, no irá al colegio.
B: By the way, we start testing next week.
(Bai da wei, wi s-tart tes-tin nex-t wik)
A propósito, empezamos los exámenes la próxima semana.



ACTIVITY / ACTIVIDAD

Can you guess these words by the clues?
(Kan yu ges diz word-z bai da klus)
¿Puedes adivinar estas palabras por las claves?

_ _ L E _ S

Tha_ is _ _ _

_ _ S _ in C _ S _

Respuestas: 1.That's why 2.Just in case 3.Unless



¡SÚBETE A LA OLA DE PURA PLATITA!
EL CAPIBILLETÓN DE trome
SIGUE LA RUTA DEL BILLETÓN:
1 Este LUNES 31 de marzo y los 4 LUNES posteriores, recibe por la compra de tu diario una CARTILLA GRATIS.
2 De LUNES A DOMINGO, busca al interior los cupones impresos.
ENCUENTRA 6 CUPONES DE LUNES A VIERNES ¡Y 8 CUPONES LOS SÁBADOS Y DOMINGOS!
3 RECORTA Y PEGA tus cupones de acuerdo a la numeración impresa en tu cartilla de bingo.
4 Una vez completes todos los números de una de las letras de BINGO, ¡HABRÁS GANADO EL PREMIO RESPECTIVO!
EJEMPLO: ¡GANASTE S/15,000!
ESTE LUNES 31 DE MARZO Reclama tu primera cartilla
REGALAMOS MÁS DE S/200 MIL EN PREMIOS
1 PREMIO DE S/15,000
1 PREMIO DE S/5,000
15 PREMIOS DE S/1,000
1000 PREMIOS DE S/100*
1800 PREMIOS DE S/50*
SI GANASTE UN PREMIO...
DE S/50* O S/100* EN LIMA METROPOLITANA: Acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que puedan verificar y coordinar la entrega de tu premio.
FUERA DE LIMA ACÉRCATE A:
CALLE JOSE T GARCÍA 154, HUACHO De lunes a viernes de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.
URB. LOS VIÑEDOS DE SANTA MARÍA MZ. K-28, ICA De lunes a viernes de 6:00 a.m. a 9:00 a.m.
JR. CHINCHA BAJA 128, CHINCHA De lunes a viernes de 8:00 a.m. a 9:00 a.m.
DE S/1,000 A MÁS EN LIMA METROPOLITANA: JR. PARACAS 530 PUEBLO LIBRE, LIMA Los martes y jueves de 10:00 a.m. a 1:00 p.m. y de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.
* En Lima Metropolitana: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en efectivo. En provincia: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en formato de gift card.
trome Siempre te da más



- PELO DE OVEJA
- SIGNO ZODIACAL
- PREFIJO CONTRA
- NETO (INGLÉS)
- AMARRO
- PREFIJO EXTRANJERO
- DEL MISMO MODO
- ORNAMENTA
- PRODUCTO APÍCOLA
- PRIMERA PERSONA
- GÉNERO DE ÓPERA
- TERCETO
- AHÍ
- ADORNO
- NIÑO PEQUEÑO
- AS Y REY (NAIPES)
- "POEMA DEL MÍO..."
- ÓMICRON-MY
- EN ESE LUGAR
- INCULPADO
- LAMBDA- NY
- DISTRITO LIMEÑO
- COFRES
- OBSTÁCULO
- TETAS, UBRES
- TIRA DE UNA CUERDA
- HUESO DE LA CADERA
- PATAGÓN
- CONOCER
- UTENSILIO DE COCINA
- CRÍAS DE JABALÍ
- DIOSA LA AURORA
- ALFA
- LETRA DOBLE
- LA MUDA
- RESINA
- REINA DE LOS SABIOS
- DIGNATARIO MUSULMÁN
- TALLO DE LAS PLANTAS GRAMÍNEAS
- PROVINCIA DE SAN MARTÍN
- RÍO DE ASIA CENTRAL
- HAZ DE LUZ
- GUERREROS DE ODÍN
- PIERNA EN INGLÉS
- CUNA DE ABRAHAM
- ZETA
- AFLUENTE DEL RIN
- ESPUERTA
- ANHELO
- SACERDOTE
- PIEZA DE LA CASA
- SUJETEN CON CUERDAS
- ANFIBIO ANURO
- ALA DE PAVO
- ALTAR
- VIENTOS
- HOSTIGARA
- COSTUMBRE
- INTELIGENCIA ETERNA
- ANSIA DE BEBER
- GNV, GLP
- SEMEJANTE
- AQUELLO
- DICHO DE UNA PERDIZ
- LAGUNA SITUADA EN ASIA CENTRAL
- PREFIJO VINO
- "LOS CREMAS"
- LICOR DE CAÑA
- OFICINA PÚBLICA EN LAS FRONTERAS
- CURAN AL ENFERMO

TU HORÓSCOPO



21.3 | 19.4

ARIES. Tienes el don de la paciencia, a veces es mejor saber quedarse callado. Todo saldrá bien en ese tema económico que te preocupa.



20.4 | 20.5

TAURO. Saca a relucir tu carácter ante las adversidades, verás que todo mejorará. Guarda ese dinero con el que no contabas.



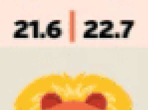
21.5 | 20.6

GÉMINIS. La salud es lo más importante, no te dejes vencer, ponle ánimos. Recibirás una noticia agradable, relájate.



21.6 | 22.7

CÁNCER. No pretendas que todos estén de acuerdo contigo, aprende a respetar diferentes puntos de vista. Realiza ejercicios físicos.



23.7 | 20.8

LEO. Respira aire puro, renuévate y da lo mejor en cada situación. Un deseo se convertirá en realidad en corto tiempo.



23.8 | 22.9

VIRGO. Cuida la alimentación, pues tu salud podría verse afectada. Te sentirás contento por una noticia inesperada.



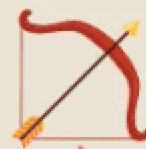
23.9 | 22.10

LIBRA. Pueden surgir algunas complicaciones, pero evita las discusiones, pues no te llevarán a nada bueno. Calma.



23.10 | 21.11

ESCORPIO. Pueden venir días complicados, es mejor estar preparado. Conversa sobre tus planes a mediano plazo.



22.11 | 21.12

SAGITARIO. Buena ocasión para ordenar, planificar y tomar decisiones. Asegúrate en el plano económico.



22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Vuelves a cometer errores en el trabajo, recapacita. Alguien del pasado llegará a buscarte.



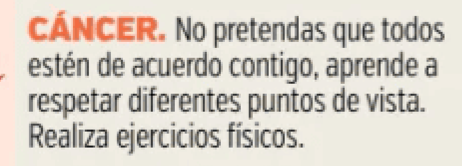
20.1 | 18.2

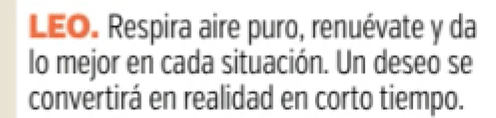
ACUARIO. Haces lo correcto en tomar precauciones, siempre es bueno prevenir para no lamentar. Una persona busca acercarse a ti.

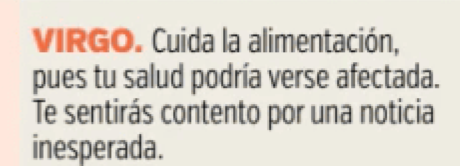


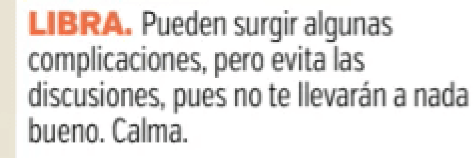
19.2 | 20.3

PISCIS. Alguien del sexo opuesto desea conversar contigo. No hagas caso a gente malintencionada.









PURAS letras

NOVELAS DE MARIO VARGAS LLOSA (1)

D	L	A	G	U	E	R	R	A	D	E	L	F	I	N	V	Z	S	C	Q	M
A	A	D	V	A	R	O	D	I	B	I	R	C	S	E	F	A	O	V	U	N
Z	T	D	A	A	T	V	I	S	T	A	V	A	V	O	D	N	R	I	I	D
M	I	D	L	F	Z	Y	H	A	B	F	R	Z	D	V	V	D	R	S	E	A
L	A	F	A	A	V	D	A	D	A	O	A	N	Z	E	V	Y	E	I	N	Z
L	J	D	V	Z	C	V	Z	M	D	F	U	A	R	Z	T	E	P	T	M	V
A	U	L	R	F	A	A	F	A	E	M	D	S	A	N	L	F	S	A	A	D
R	L	J	T	A	C	Z	T	A	L	D	A	F	A	O	F	H	O	V	T	Y
D	I	D	Y	Y	S	I	D	E	F	C	A	P	G	V	Z	T	L	D	O	N
E	A	V	Z	H	S	T	D	G	I	I	F	I	F	A	Z	A	Y	A	A	O
T	Y	F	A	I	R	F	R	O	O	R	O	A	R	V	Z	W	D	Z	D	E
A	E	Z	V	A	D	D	N	A	S	D	A	D	Z	O	F	A	A	V	A	L
C	L	S	L	G	S	E	E	F	E	F	A	L	A	V	T	D	D	D	Z	A
A	A	D	A	Z	N	N	B	L	G	U	E	R	R	D	A	S	U	A	V	T
L	E	L	H	A	B	L	A	D	O	R	P	A	L	O	M	F	I	D	A	N
H	I	S	T	R	Y	D	A	Z	V	F	A	Z	V	L	A	T	C	H	A	A
M	A	S	T	R	O	R	E	L	O	M	O	N	I	M	O	L	A	P	F	P
L	A	C	A	S	A	V	E	R	D	E	H	I	S	T	Y	D	L	F	A	Z

- "La ciudad y los perros";
- "La casa verde";
- "Conversación en
- la Catedral";
- "Pantaleón y
- las visitadoras";
- "La tía Julia y el
- escribidor";
- "La guerra del fin
- del mundo";
- "Historia de Mayta";
- "¿Quién mató a
- Palomino Molero?";
- "El hablador";
- Elogio de la
- madrastra".

TE AMO

TENGO FE DE VOLVER A ENAMORARME

Cartas: Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

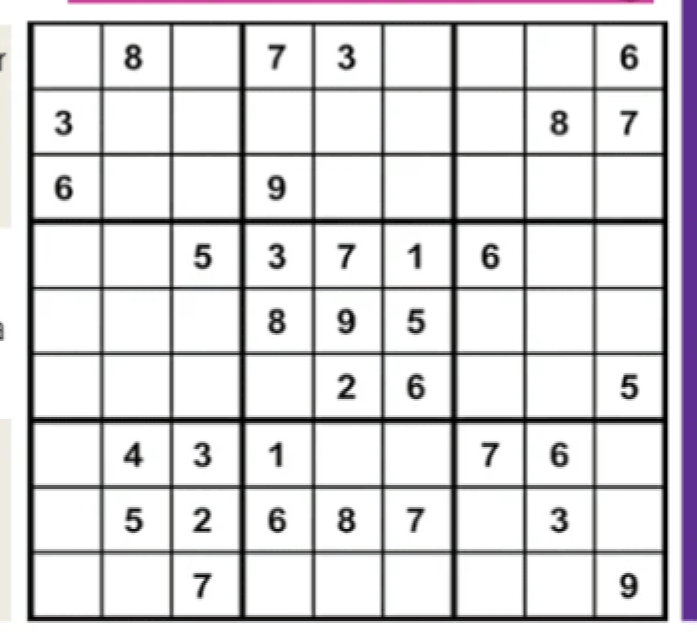


FERNANDO (40).- Hola, doctora Carmen. Escribo esta carta con el corazón destrozado. Mi expareja con la que soñaba un futuro juntos y la quería más que a nada en el mundo, me engañó con otro hombre y quedé con el corazón destrozado. Estuve así por mucho tiempo, pero ahora me siento mejor. Por eso, decidí de recurrir a su columna para que me ayude a encontrar a mi alma gemela y enamorarme. Soy un hombre tranquilo y cariñoso. Me gustaría conocer chicas de 18 a 45 años, que sean sinceras y de buen corazón. Les dejo mi celular: **927-613-404. Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito: Lamentablemente, en la vida no todo es color de rosa. Pero esas malas jugadas del destino tienen que servir de algo. Tómalas como lecciones y rescata lo positivo. En tu próxima relación asegúrate de conocer muy bien a la persona antes de entregarle tu corazón. **Suerte.**

TROME sudoku 344



	8		7	3				6
3							8	7
6			9					
		5	3	7	1	6		
			8	9	5			
				2	6			5
	4	3	1			7	6	
	5	2	6	8	7		3	
		7						9

TROME SERIES

NETFLIX

BIENVENIDAS A LA FAMILIA



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 8

Cristina es una enfermera y madre soltera que se ve obligada a unir fuerzas con su excéntrica madrastra Luciana, porque descubre que su padre falleció y dejó a la familia en medio de deudas con la mafia. Así que para evitar quedarse sin dinero, ocultan el cadáver del padre y falsifican su testamento.

SOLUCIÓN GRAMA



LA GUAPA Y CARISMÁTICA INFLUENCER DANIELA y el capibara Miguel se mueven al ritmo del pegajoso tema 'Baila Capibara', de Diamante La Voz. Contaron que el lunes, en el primer día de la promoción millonaria 'El Capibilletón', juntarán todas las cartillas que puedan para ganar uno de los premiazos de hasta 15 mil soles.

DANIELA CON 'EL CAPIBILLETÓN'

FOTO: ALAN RAMÍREZ •

MÁS CÁRCELES COMO CHALLAPALCA



Este Búho reflexiona sobre la desgracia que está viviendo el país con las sangrientas extorsiones. Nunca antes la delincuencia y toda su violencia asesina habían puesto en jaque a todo el **Perú.** Esta grave situación es comparada solo con las épocas del terrorismo demencial de **Sendero Luminoso** en los años ochenta e inicios de los noventa. Los jóvenes de las redes no lo saben, pero eran épocas oscuras en que los peruanos vivíamos con el temor permanente de salir de casa y ya no volver jamás por culpa de un **'coche-bomba'** cargado con 300 kilos de dinamita. En el paradero, en el cine, en cualquier esquina, te podían hacer volar en pedazos. **Ahora los malditos extorsionadores ya cruzaron todos los límites imaginables porque se están metiendo con lo más sagrado que tenemos, que son nuestros niños.** Estas bestias balean y dinamitan colegios, aún en horarios de clases y con alumnos presentes. Se meten a las clases virtuales, como pasó en el **colegio Pitágoras** de **Los Olivos,** y amenazan con matar a los profesores si siguen enseñando. Lo más increíble es que, ante este estado de cosas brutal, alucinante, indigno de cualquier país civilizado, las autoridades muestran una escalofriante tranquilidad. Parece que para ellos lo que está pasando es **'normal'.** No se conmueven. **¿Qué clase de personas son estas que tenemos en el poder?** La presidenta **Boluarte** anda más preocupada en lucir costosos relojes y sacarse las bolsas de los ojos a cambio de favores para el médico que la opera. Su grado de frivolidad es tremendo. Porque las extorsiones comenzaron a arreciar cuando **Pedro Castillo** llegó al poder junto con ella que era su vicepresidenta y ministra. Desde hace años sabe muy bien lo que estaba pasando y ahora no puede decir que así encontró el país cuando se sentó en el **sillón de Pizarro.** Todos los días asesinan a peruanos inocentes, pero para la señora hay cosas más importantes como mejorar su apariencia. El nuevo **ministro del Interior, Julio Díaz,** quien tiene denuncias por corrupción, simplemente deja en visto los mensajes de la **Asociación Nacional de Colegios Privados** que le pide reunirse para tratar el tema de los salvajes ataques que vienen sufriendo los centros educativos.

Las desesperadas madres de familia del colegio Pitágoras, al borde del llanto porque temen que maten a sus pequeños o a ellas mismas, claman desde inicios de semana que vayan militares a prestar seguridad, pero no les hacen caso. **Por qué el ministro Díaz no va a esa zona con soldados y policías, y dispone que se queden en el lugar para proteger a los niños.** Obviamente, eso no va a solucionar el problema, pero daría tranquilidad a los padres y quedaría claro el mensaje de que se actúa rápido. La violencia delincuencial que estamos viviendo es tal que miles de peruanos, sobre todo jóvenes, se están yendo del país espantados porque temen ser asesinados por algún asaltante, secuestrador o extorsionador. **El gobierno debe tomar medidas radicales, drásticas, si quiere tener algún éxito en esta guerra.** Este columnista lo viene diciendo desde hace algún tiempo. Lo primero es comenzar a construir de inmediato una o dos megacárceles de máxima seguridad en la puna más alejada. Puede ser **Challapalca** o alguna zona similar. **Y no digan que no hay plata, cuando el gobierno solo a fines de año aprobó un nuevo crédito de 750 millones de dólares, o sea unos 2 mil 800 millones de soles para Petroperú, esa empresa estatal que solo da pérdidas y en la que hay una especie de casta que cobra suculentos sueldos.** Plata hay, solo falta decisión y voluntad. Lo otro es dar más presupuesto a la **Policía,** especialmente para labores de inteligencia. Los jueces y fiscales tienen que ponerse en vereda y no soltar a delincuentes reincidentes tan fácilmente. Todo aquel que porta un arma sin permiso es para delinquir y debe ser encerrado varios años. Las requisas deben ser diarias en todos los penales, pero tienen que hacerse con apoyo de militares. Muchas extorsiones, secuestros, asesinatos y otros graves delitos son dirigidos desde las prisiones. Los reos por delitos violentos deben ser aislados de los demás y salir al patio solo media hora a la semana. **No me vengan con los derechos humanos de estas lacras que matan, descuartizan y encima se graban.** La presidenta Boluarte está obligada por la **Constitución** y moralmente a ejercer el poder que ostenta para gobernar en bien de la población. La gente está indignada por la inseguridad, más de lo que la mandataria cree, y debe hacerse algo rápido. Apago el televisor.

